

«Ich putzte, kaufte ein und wusch die Kleider der ganzen Familie. Nur so kamen wir ohne fremde Hilfe über die Runden.»

Luana Masullo



Schwere Bürde von klein auf: Luana Masullo sorgte ab dem achten Lebensjahr für ihre Mutter und die Geschwister.



Die Mutter von Luana Masullo leidet an multipler Sklerose und an einer psychischen Krankheit. Erst vor kurzem trat sie in ein Pflegeheim ein. Trotz jahrelanger Belastung erlebt die Tochter diesen Schritt «mit gemischten Gefühlen».

IMMER FÜR DICH DA

Vom Umfeld oft unbemerkt, pflegt fast jedes zehnte minderjährige Kind in der Schweiz einen chronisch kranken Elternteil – so wie Luana Masullo und Melis Sakru. Sie erzählen von ihrem Alltag zwischen Liebe, Verantwortung und Überforderung.

— Text **Stefan Müller** Fotos **Valentina Verdesca**

Das Leben der 23-jährigen Luana Masullo hat sich vor wenigen Wochen entscheidend verändert: Ihre kranke, erst 53-jährige Mutter kam ins Pflegeheim. «Zu Hause wurde die Betreuung zu anspruchsvoll», erklärt die Tochter diesen Schritt. Die Mutter, eine ehemalige Sekundarlehrerin, leidet seit vielen Jahren an einer fortschreitenden multiplen Sklerose und benötigt bereits einen Rollstuhl. Ausserdem macht ihr ebenso lange eine bipolare Störung das Leben schwer, verbunden mit starken manischen oder depressiven Phasen.

Luana Masullo, aufgewachsen in einem Dorf nahe Bern, kümmert sich als ältestes von drei Geschwistern bis heute massgeblich um ihre Mutter.

Luana ist eine sogenannte Young Carer, eine junge Pflegenden. Das sind Kinder und Jugendliche, die ein beeinträchtigtes Familienmitglied unterstützen müssen, das wegen chronischer Krankheit, Unfall oder Sucht dazu nicht mehr in der Lage ist, oft Mutter oder

Vater. Und nicht nur vorübergehend wie etwa bei einer Grippe oder während einer Schwangerschaft. Vielmehr müssen diese Kinder über viele Jahre für die betreute Person da sein oder deren Vertretung übernehmen. Sie helfen von klein auf bedingungslos, weil sie nichts anderes kennen: Sie putzen, kaufen ein, richten die Medikamente, organisieren Arzttermine oder passen auf die jüngeren Geschwister auf.

Gemäss einer aktuellen Studie von der Careum Hochschule Gesundheit sind in der Schweiz 8 Prozent der Kinder im Alter von 10 bis 15 Jahren Young Carers, also mehr als 50 000 Kinder in der Schweiz. «Mit steigendem Alter nimmt der Anteil der Young Carers zu, bis auf 11 Prozent der 15- bis 25-Jährigen», sagt Eva Schellenberg von der Careum Hochschule Gesundheit in Zürich. «Einer der Gründe könnte sein, dass ältere Kinder immer mehr Tätigkeiten übernehmen können und dadurch mehr eingebunden werden.»

Bei Luana Masullo hatte alles mit acht begonnen. «Ich war mir damals gar nicht bewusst, was los war», sagt sie. Die Eltern hätten sich ständig gestritten, weil die Mutter in ihren passiven Phasen den Haushalt vernachlässigte. Der Vater kümmerte sich um das Einkommen und das Organisatorische in der Familie, für weiteres fehlte ihm die Zeit.



«Traurig und befreiend zugleich»: Die Mutter von Melis Sakru kehrte in die Türkei zurück.

«Ich erzählte erstmals jemandem von meiner Situation», sagt Luana Masullo. Doch die Lehrerin schien damit überfordert: «Gell, wenn du Hilfe brauchst, meldest du dich einfach», sagte die Lehrerin lapidar zu der damals 12-jährigen Luana. Doch das tat diese nie.

Young Carers waren damals an den Schulen noch kaum ein Thema. So stiess auch die heute 30-jährige Melis Sakru in

ihrer Schule auf wenig Verständnis. Sie besuchte zwar das Gymnasium, war aber ständig müde und konnte dem unerbittlichen Leistungsdruck nicht standhalten. Und scheiterte schliesslich an der Matura.

Die Belastung als Young Carer wirkt sich nicht nur auf den Schulerfolg aus. «Viele leiden unter Kopfschmerzen, Schlafmangel oder Rückenschmerzen, wegen Hebens der kranken Person, und an wenig Freizeit», sagt Eva Schellenberg von der Careum Hochschule Gesundheit. Es bestehe auch ein erhöhtes Risiko für Mobbing Erfahrungen, Selbstverletzungen oder Aggression gegen andere.

Vertrauensperson ist wichtig

Melis Sakru wurde mit zwölf Jahren Young Carer. Damals erkrankte ihre Mutter an Bipolarität, die sich mit paranoiden Wahnvorstellungen anbahnte. Weil psychische Krankheiten nach wie vor mit Scham behaftet sind, kam es zu einer viel zu späten Einweisung in die psychiatrische Klinik.

«Es begann mit haltlosen Beschuldigungen. Sie warf uns Dinge vor, die wir nie getan hatten», sagt Melis Sakru. Das habe zu Streit geführt. Mit der Zeit merkte sie aber, dass sich die schwierigen Situationen mit Humor entschärfen liessen.

Auch ihre Mutter war zunehmend nicht mehr in der Lage, ihrer Rolle als Mutter und Hausfrau gerecht zu werden. Melis Sakru sprang in die Bresche, wenn auch widerwillig, was aber in einer traditionell muslimischen Familie wie bei den Sakrus unumgänglich war – «Haushalt und Erziehung sind Sache der Frau und müssen einfach funktionieren», erklärt sie. Auch die Verantwortung für die drei Jahre jüngere Schwester fiel ihr zu. «Bei Erziehungs- oder medizinischen Fragen für meine Mutter konsultierte ich einfach das

→

Ständig müde

So vermittelte Luana Masullo zwischen den streitenden Eltern und rutschte auf diese Weise ungefragt in die Rolle der betreuenden Tochter, die sie fortan immer mehr in Beschlag nahm. Sie putzte, kaufte ein und wusch Kleider, nur damit die Mutter aus dem Schussfeld kam. Die Grosseltern halfen zwar tatkräftig mit, dennoch fielen der Ältesten immer mehr Aufgaben zu. Neben dem Haushalten hatte sie auf die jüngeren Geschwister zu schauen und zunehmend auch die Mutter zu versorgen: Arzttermine organisieren, Medikamente richten, immer mit der Angst im Nacken vor einem drohenden depressiven oder manischen Schub der Mutter, der häufig in eine psychiatrische Einweisung mündete. Dank ihres Einsatzes vermochte die Familie ihren gewohnten Alltag lange aufrechtzuerhalten, ohne fremde Hilfe.

Die Aufgaben von Young Carers können sehr verschieden sein: Haushalts- und Pflegetätigkeiten, emotionale Unterstützung oder Geschwisterbetreuung. Meist verrichten Young Carers diese Aufgaben still

und klaglos im Verborgenen. Sie sprechen wenig über ihre Situation. «Häufig sind sie sich ihrer aussergewöhnlichen Situation gar nicht bewusst, oder sie haben Angst davor, dass sie deswegen ausgelacht oder gemobbt werden könnten», sagt Eva Schellenberg. Manche befürchten auch, dass sich Behörden wie die Kesb einschalten könnten.

Bei Luana Masullo flog die Situation in der sechsten Klasse auf, die Lehrerin verstand nicht, weshalb die erschöpfte Luana keine besseren Noten schrieb, zumal sie sie als gute Sechstklässlerin sah. Sie stellte deshalb das Mädchen zur Rede.



EVA SCHELLENBERG, 46, ist wissenschaftliche Mitarbeiterin an der Careum Hochschule Gesundheit in Zürich.

«Bei Fragen zur Erziehung der Geschwister oder medizinischen Angelegenheiten für meine Mutter konsultierte ich einfach das Internet.»

Melis Sakru



Keine andere Wahl: Ab ihrem zwölften Lebensjahr übernahm Melis Sakru die Rolle der Mutter. Diese musste wegen paranoider Wahnvorstellungen in eine psychiatrische Klinik.

Internet», sagt sie schulterzuckend. «So habe ich auch kochen gelernt», schiebt sie lachend nach.

Wenn erwachsene Young Carers einen Blick zurück in die entbehrungsreiche Kindheit werfen, sehen manche mit nötigem Abstand auch Positives. Luana Masullo sagt etwa: «Ich habe nicht nur viel Neues gelernt, sondern auch eine innige Beziehung zu meiner Mutter aufgebaut.» Sie hätte es jedoch geschätzt, wenn sie als Kind mehr Unterstützung von aussen erhalten hätte. Der Vater war am Arbeiten, und die Fachleute, die sich mit ihrer Mutter beschäftigten, hatten kein Auge für sie. Sie fand erst in der KV-Lehre eine Vertrauensperson, der sie ihr Herz ausschütten konnte und die ihr Unterstützung bot.

Young Carers wirken zwar meist unscheinbar im Hintergrund. Trotzdem haben sie Bedürfnisse, die es ernst zu nehmen gilt. Gemäss Studien weiss man heute, was ihnen wichtig ist: Hilfe im Notfall. Allgemeine Informationen. Welche Fahrdienste gibt es? Wie informiert man die Schule am besten? Oder Austausch mit anderen Betroffenen.

Den Weg doch noch gefunden

Die Bedürfnisse von Young Carers zu kennen, reicht jedoch nicht. Man muss auch an sie herankommen. «Viele Fachleute des Gesundheits-, Sozial- und Bildungswesens, besonders Lehrerinnen und Lehrer, wissen oft nicht, dass sie in ihrer täglichen Arbeit regelmässig mit Young Carers in Kontakt stehen», stellt Eva Schellenberg fest. Deshalb bedürfe es der Aufklärung darüber, wie Young Carers überhaupt zu erkennen seien. Erst dann könne diesen Hilfe angeboten werden. Zurzeit ist das Team der Careum Hochschule Gesundheit intensiv daran, mit Referaten und Schulungen über das Thema zu informieren. Erste Anlaufstellen für Fachleute und Betroffene sind bereits geschaffen worden (siehe Box).

Heute haben Melis Sakru und Luana Masullo ihren Weg gefunden. Für Melis, die heute in der Stadt Zürich wohnt, veränderte sich viel, nachdem ihre Mutter vor acht Jahren in die Türkei zurückgekehrt war. «Das war zugleich befreiend und traurig», sagt sie, die an der Universität einen Abschluss gemacht und gerade einen spannenden Job als Kommunikationsbeauftragte eines Grossunternehmens angetreten hat. Ebenso erlebte Luana Masullo den Heimeintritt ihrer Mutter als grossen Einschnitt in ihrem Leben und mit «gemischten Gefühlen». Sie muss sich nun wieder auf ihr eigenes Leben konzentrieren, nach einem erfolgreich absolvierten Psychologiestudium auf ihren tollen Job in einer Stiftung sowie auf den Freund, der bald in ihre hübsche Wohnung im Berner Mattequartier einziehen soll. ■



BUCHTIPP
«Anders aufgewachsen», Seraina Sattler/Anna Six (2022), Christoph Merian Verlag, 29 Franken.

WO FINDEN YOUNG CARERS HILFE?

Young Carers, also Kinder und Jugendliche, die ein beeinträchtigtes Familienmitglied pflegen und betreuen, sind vielfach auf sich allein gestellt. Sie erkennen sich oft selbst nicht in ihrer Rolle und haben keine Bezeichnung dafür. Aus aktuellen Untersuchungen weiss man jedoch, dass sich viele von ihnen mehr Informationen über ihre Situation wünschen und sich mit anderen Betroffenen austauschen

möchten. In der Schweiz gibt es erst sehr wenige spezifische Angebote für Young Carers. Doch an manchen Orten stehen bereits Anlaufstellen zur Verfügung oder sind unter Mitwirkung von Young Carers im Aufbau.
Careum Hochschule Gesundheit, Schweiz young-carers.ch
Austausch-Angebote für Young Carers kalaidos-fh.ch/de
> [Forschung](#)
> [Fachbereich Gesundheit](#)
> [Young Carers](#)

Selbsthilfe Bern vaskbern.ch
> [Angebote](#)
> [Selbsthilfegruppen](#)
> [Flyer Young Carers](#)
SRK Basel-Stadt youngcarers.ch
Kanton Bern voja.ch
> [Themen](#)
> [Young Carers](#)
Radix, Schweizerische Gesundheitsstiftung, u. a. feel-ok.ch
> [Young Carers](#)
Institut Kinderseele Schweiz kinderseele.ch
Pro Juventute 147.ch



HOCHKONZENTRIERTE CANNABIS CREME ÜBERZEUGT IM TEST

Ein hochkonzentrierter Premium-Cannabis-Extrakt begeistert aktuell hunderttausende Verwender. Auch Experten überzeugt er im Produkttest. Hier erfahren Sie mehr.

Cannabis gilt als zukunftsweisende Pflanze. Dank modernster Forschung kommt sie in verschiedenen Bereichen zum Einsatz. Insbesondere der nicht berauschende Inhaltsstoff CBD (Cannabidiol) begeistert Wissenschaftler und Verbraucher gleichermaßen. Durch das große Interesse tummeln sich vor allem im Internet viele Anbieter. Verbraucher sollten daher stets auf geprüfte und sichere Präparate aus der Apotheke setzen. Aktuell sind Experten und

Verwender besonders von einem hochdosierten Cannabis-Vollextrakt (CBX 5%) einer Schweizer Firma begeistert. Der Extrakt wird aus der wertvollen Pflanze *Cannabis sativa* gewonnen und ist in der Gelencium Cannabis Aktiv Creme aufbereitet.

Produkttest überzeugt Experten

In mikrobiologischen und dermatologischen Testungen überzeugt die Creme das Experten-Gremium mit höchster Qualität und einer sehr

guten Hautverträglichkeit.¹ Gewährleistet wird dies durch den Einsatz zertifizierter Rohstoffe und den nachhaltigen Anbau der Cannabis-Pflanze am Schweizer Bodensee. Die Creme wurde speziell für die tägliche Anwendung entwickelt und hat keinen berauschenden oder gewöhnenden Effekt.

Die hochkonzentrierte Gelencium Cannabis Aktiv Creme ist in allen Schweizer Apotheken erhältlich.

Wie STRONG sind Sie?

Fragt Frau Prof. Dr. med. Bischoff-Ferrari

STRONG ist eine randomisierte Studie. Sie untersucht, wie sich ein Trainingsprogramm für zu Hause (3x/Woche) und die Einnahme eines Molkeneiweiss- oder Vergleichspulver (2x/Tag) auswirken auf:

- Sturzhäufigkeit
- Muskelfunktion/-kraft

Die Zuteilung in die Vergleichsgruppe erfolgt zufällig.



Studienleitung:
Prof. Dr. med. Heike A. Bischoff-Ferrari, Direktorin der Klinik für Altersmedizin am Universitätsspital Zürich und Leiterin des Zentrums Alter und Mobilität (ZAM). Bei telefonischer Kontaktaufnahme werden Ihre Daten registriert. Sollte keine Studienteilnahme zustande kommen, werden Ihre Daten zeitnah gelöscht.

Zentrum Alter und Mobilität



Trifft Folgendes auf Sie zu?

- 75 Jahre alt oder älter
- Verspüren eine Muskelschwäche oder sind im letzten Jahr gestürzt

Dann laden wir Sie ein, an unserer Studie teilzunehmen. Informationen erhalten Sie unter **044 417 10 76** oder cornelia.dormann-fritz@stadtspital.ch

Die Studie dauert zwölf Monate. Das Startdatum wird individuell festgelegt. Sie erhalten insgesamt vier Termine für Tests. Alle zwei Monate werden Sie telefonisch kontaktiert. Die Studienvisiten finden statt am Zentrum für Alter und Mobilität (ZAM), Stadtspital Zürich Waid. Weitere Informationen finden Sie unter: www.usz.ch/zam



Zur Unterstützung beanspruchter Körperpartien



Gerda S.

Anwender sind von der hochwertigen Formulierung aus wertvollem Cannabis-Vollextrakt (CBX 5%) und ätherischen Ölen (u.a. Macadamiaöl) begeistert. Die Zufriedenheit von 91%* spricht für sich. Durch das sanfte Einmassieren können sich die pflegenden und entspannenden Wirkstoffe perfekt entfalten und die beanspruchten Körperpartien unterstützen. Verwenderin Gerda S. berichtet: „Ich hätte nicht gedacht, dass Cannabis mir so gut tut. Ich trage die Creme mehrmals täglich auf und massiere sie sanft dort ein, wo ich sie benötige. Zurück bleibt ein befreiendes und wohltuendes Gefühl.“



CANNABIS CREME AUS DER APOTHEKE

- ✓ Hochkonzentriert
- ✓ Natürlich
- ✓ Nicht berauschend
- ✓ Hautverträglich

GELENCIUM® CANNABIS Aktiv Creme

Kosmetikum, 100 ml
GTIN: 4260471893082
Pharma Code: 7816661



1) Derma Consult GmbH, 11/2019; *) Marktforschung, N = 53